

# JE ME LAVE LES MAINS TOUT SEUL



**Mouille  
tes mains  
abondamment  
et mets du  
savon dans la  
paume.**



**Frotte  
tes mains,  
paume  
contre  
paume, en  
faisant des  
rotations.**



**Entrelace  
tes mains  
pour nettoyer  
entre tes  
doigts, de  
leur base  
à leur  
extrémité.**



**Frotte le  
dessus de  
tes mains  
et de tes  
doigts.**



**L'un après  
l'autre,  
enserre ton  
pouce dans  
la paume de  
l'autre main  
et frotte le  
bien.**



**Fais des  
rotations  
du bout de  
tes doigts  
dans la  
paume de  
ton autre  
main.**



**7 Frotte tes poignets.**



**8 Rince tes mains ... puis sèche-les avec une serviette à usage unique.**

**Et ne retouche pas le robinet !  
(Ferme-le avec la serviette avant de la jeter).**